

Warsztaty rozwoju osobistego przeżywają boom. Co tam właściwie człowiek w sobie rozwija?

## Dojrzewalnie

(fragment.....)Niekiedy kursy samodoskonalenia przypominają konwencjonalne treningi czy warsztaty psychologiczne, czasem jest w nich element magii. Dotyczy to na przykład tak zwanych kręgów.

W Kręgu Berckana kobiety spotykają się 13 każdego miesiąca (rok księżycowy składa się z 13 miesięcy, księżyc 13 razy w roku jest w pełni, kobiety 13 razy w roku mają menstruację). Zbierają się na poddaszu warszawskiej kamienicy przy ul. Koziej, przytulne, niewielkie pomieszczenie, ciepła Alicja Bednarska – „matka” kręgu, dobry duch tego miejsca. Ma córkę i dwie wnuczki. Afrykanistka, po wielu latach pracy naukowej postanowiła zostać przedsiębiorcą. Firma zbankrutowała, a problemy posypały się lawinowo. Kiedy była o mały włos od rozwodu, poczuła, że to wszystko już dawno ją przerosło. Zaczęła pytać - co robić, jak mam dalej żyć? Poszła na warsztaty psychologiczne, a potem na kolejne. Zauważyła, że lubi przekazywać to, czego się nauczyła, a ludzie ją słuchają. Została trenerem rozwoju osobistego, narzędzia zdobywała u najlepszych np. Nemi Nath (transformacja oddechem), Berta Hellingera (twórca metody ustawień rodzinnych). Ewy Foley i Małgosi Bojanowskiej z Instytutu Świadomego Życia. Kiedy sześć lat temu zastanawiała się jak nazwać krąg kobiet, sięgnęła po woreczek z runami – znakami starożytnego alfabetu wygrawerowanymi na kamyczkach. Według wierzeń nordyckich runy podarował ludziom bóg Odyn. Każdy ze znaków ma swoją symbolikę. Alicja wyciągnęła runę Berckana dotyczącą kobiecości, macierzyństwa. Jej symbolem jest brzoza, drzewo, które oczyszcza. Alicja zdecydowała

się na nazwę Berckana, bo runa symbolizuje wszystko, co dla kręgu najważniejsze.

W niewielkim pomieszczeniu zrobiło się tłoczno, dziś zebrano się kilkanaście kobiet. Przychodzą stare znajome, te które są pierwszy raz, rozglądają się jeszcze trochę nieśmiało. Siadają w kręgu, przedstawiają się kolejno: Alicja córka Stanisławy, wnuczka Stanisławy i Zofii, prawnuczka Józefy, Józefy i Franciszki; Magda córka Ewy, wnuczka Heleny i Marianny, prawnuczka Stefanii; Grażyna córka Jadwigi, Wnuczka Genowefy i Wiktorii; Justyna..... W ten sposób poznają swoje korzenie. Czujemy wspierającą moc naszych przodków. Uświadamiamy sobie, że nie jesteśmy same, że mamy za sobą nasze matki i babki, że możemy czerpać z ich doświadczenia i mądrości – przekonuje Alicja.

Ewa przyszła na dzisiejsze spotkanie, bo potrzebuje rozmowy. Skończyła studia, stoi przed decyzją rozpoczęcia pracy, ale zarabianie pieniędzy nie zawsze idzie w parze ani z oczekiwaniami, ani z pasją. Brakuje jej spokoju, chce porozmawiać o swojej sytuacji. Justyna z tym miejscem związana jest od wielu lat. Wpada kiedy leży jej coś na sercu, kiedy chce zrobić coś dla siebie, czy tylko spotkać znajomych.

Alicja rozdaje kartki z narysowanym ośmiopłatkowym kwiatem, w każdy z nich trzeba wpisać cechę charakteru, którą lubi się u siebie, w środku imię, a pod nim – „kobieta doskonała”. Większość z kobiet zatrzymała się na trzeciej, czy czwartej z dobrych cech. Grażyna, tancerka, aktorka, wiele lat pracowała w teatrze pantomimy, kiedy syn dorósł i zamieszkał daleko od Warszawy, a ona już tak dużo nie pracuje, poczuła się nieco osamotniona. Lubi swoją życiową siłę, wytrwałość w dążeniu do celu, umiejętność dobrych wyborów, otwartość na ludzi. Na razie połowa płatków została pusta. Alicja radzi, żeby wzięły kartki do domu, powiesiły w widocznym miejscu i jeszcze raz się im przyjrzały.

*- To proste z pozoru zadanie wiele mówi o nas samych. Nie znamy siebie. Nie potrafimy dobrze o sobie myśleć – mówi Alicja Bednarska.*

Dwie i pół godziny minęły błyskawicznie, Zegnają się, jeszcze rozmawiają o sobie, o tym co dało im spotkanie. Beata zadzwoni do Alicji bo potrzebuje rady w jakiejś ważnej sprawie. Niektóre spotkają się w czwartek, będą „pracowały z przekonaniem”, bo jak powtarza Alicja - kiedy mówimy sobie „nie jestem dość dobra, żeby mieć tę pracę, czy dość piękna, żeby znaleźć dobrego partnera”, to tak będzie. Samospelniająca się przepowiednia. (.....)

Artykuł Moniki Stelmach Polityka 21 czerwca 2008